

実践研究論文

# 生活の課題解決能力を育む個別の問いに着目した 家庭分野の実践的研究

山口 美紀\* ・ 岡 陽子\*\*

A Practical Study of Home Economics in Junior High School Focusing on Individual Issues found in Daily Life for the Purpose of Developing Problem-Solving Skills

Miki YAMAGUCHI\* and Yoko OKA\*\*

## 【要約】

本研究では、生活の課題解決能力を育むために、「題材の最初に個別の問いをもてば、より主体的に課題解決に向かい学びが深まるであろう」という仮説のもと、問いの設定から始まる食生活の題材を構成して授業を行った。本研究の目的は、「個別の問い」に基づく生徒の学びの状況を明らかにし、その成果と課題を探ることにある。その結果、「個別の問い」は栄養、生活習慣、体力の3区分となり、食習慣の尺度は20項目中12項目が有意に向上した。

## 【キーワード】

個別の問い、パフォーマンス課題、学びの過程、ポートフォリオ  
主体的・対話的で深い学び

## 1 実践研究の背景と目的

新学習指導要領(平成29年7月)では、全ての教科等の目標や内容の示し方が「資質・能力ベース」へと大きく変わった。技術・家庭科家庭分野(以後、家庭分野という)の目標では、「よりよい生活の実現に向けて、生活を工夫し創造する資質・能力」を育成すること、そのための資質・能力の3つの柱として、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」が示された。この中の「思考力、判断力、表現力等」については、「家族・家庭や地域における生活の中から問題を見いだして課題を設定し、解決策を構想し、実践を評価・改善し、考察したこと論理的に表現するなど、これからの生活を展望して課題を解決する力を養う」と示され、これまで以上に生活の課題解決能力が重視されていることが分かる。また、中央教育審議会答申(平成28年12月)では、資質・能力を育む学びの過程についての考え方が示されており、⑦生活の課題発見、⑧解決方法の検討と計画、⑨課題解決に向けた実践活動、⑩実践活動の評価・改善の4つの学習過程が明示された。これらは、新学習指導要領解説にも家庭分野の学習過程の例として図示されている。

これらの趣旨を踏まえ、これまでウィギンズら(2012)の「逆向き設計」の理論を援用し、目指す資質・能力を明確にした上で「題材を貫く問い」やパフォーマンス課題を設定し、習得と活用の場面を意識して題材を構成する実践研究を行ってきたところである。

このことについては一定の成果をみたものの、一人一人の生活や価値認識がそれぞれに異なるのと同

\*佐賀大学教育学部附属中学校

\*\*佐賀大学大学院学校教育学研究科

じように、家庭科教育のもつ多様な学びを担保できているのかという問題意識が傍らに絶えずあったのも事実である。日本における家庭科研究においても、パフォーマンス課題や逆向き設計、「題材を貫く問い」に係る実践研究は数多く見られるようになったが、「個別の問い」に着目した研究は見当たらない。そこで、本研究では一人一人の学習者の実生活や願いを背景とした「個別の問い」に着目し、「主体的・対話的で深い学び」を実現する授業づくりを構想する。生徒は題材の最初にどのような問い（課題）を設定するのか、また、学習した知識及び技能を活用して主体的に課題を解決できたのか、食習慣の尺度における変容とポートフォリオやワークシート等の生徒の記述や授業での発言との関連を検証・考察して、本題材の成果と課題を明らかにする。

## 2 実践研究計画

家庭分野の第2学年の題材「食生活のセルフマネジメント力を身に付けよう」を取り上げ、次の計画に基づき授業実践を行い、その結果を分析、考察した。

- (1) 「主体的・対話的で深い学び」を実現する「学びの過程」を構想する。
- (2) 題材「食生活のセルフマネジメント力を身に付けよう」で育む資質・能力を明確にし、「題材を貫く問い」と「個別の問い」を設定し、生徒の身近な食習慣の課題(パフォーマンス課題)を軸とした題材を構成する。
- (3) 授業を実施(令和元年6月～11月)する。その前後に食習慣の尺度を用いた質問紙調査を行う。
- (4) 標準的学級1クラス(35名)を選択し、パフォーマンス課題の解決と「個別の問い」の解決策との関連について、グループ活動の様子及びワークシートの記述の分析を行い、その関係性を明らかにする。
- (5) 「個別の問い」の効果について、質問紙調査の結果を生徒の振り返りをもとに分析、考察する。学習前後の質問紙調査の結果の分析に当たっては、IBM SPSS Statistics 25.0を用いてt検定を行う。

## 3 実践過程

### (1) 「主体的・対話的で深い学び」を実現する「学びの過程」の構想

「新学習指導要領(平成29年7月)解説(技術・家庭編)」では、技術・家庭科の指導にあたっては、教科の資質・能力を育成するために、生徒の実態、指導の内容に応じ、「主体的な学び」「対話的な学び」「深い学び」の視点から授業改善を図ることが重要であることが示されている。また、主体的に学習に取り組めるよう学習の見通しを立てたり、学習したことを振り返ったりする場や対話によって自分の考えなどを広げたり深めたりする場の設定、深い学びとするために生徒が考える場面と教師が教える場面をどのように組み立てるかといった視点で授業改善を進めることが求められている。つまり、生徒が「何ができるようになるか」(目指す資質・能力)を明確にしながらか、「何を学ぶか」、それを「どのように学ぶか」という視点から「学びの過程」を質的に高めていくことが重要である。さらに、「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善を進めるに当たり、学びの深まりの鍵となるのが「見方・考え方」である。この「見方・考え方」を学びの過程の中で働かせることを通じて、より質の高い深い学びにつなげることが重要とされている。

そこで本研究では、家庭分野の「主体的・対話的で深い学び」について表1のように整理した。

表1 本校技術・家庭科(家庭分野)が捉える「主体的・対話的で深い学び」の生徒の姿

|      | 主体的な学び   | 対話的な学び   | 深い学び   |
|------|--|--|--|
| 教科全体 | <ul style="list-style-type: none"> <li>生活の中から問題を見だし、自ら課題を設定している。</li> <li>自ら課題解決までの見通しをもって、学習した知識及び技能を活用して主体的・協働的に課題の解決に向おうとしている。</li> <li>学習したことを振り返り、実践を評価・改善する中で、新たな課題に自ら取り組もうとしている。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>課題解決に向けて、他者と対話したり協働したりする中で、他者の意見と自分の意見を比較して、自分の解決策を明確にしている。</li> <li>実験や実習、家庭実践等を振り返り、解決策を検討したり、評価したりして、家庭生活についての考えを広めたり、深めたりしている。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>家庭生活の事象について、協力・協働、健康・快適・安全、生活文化の継承、持続可能な社会の構築等の生活の営みに係る見方・考え方を働かせ、解決策を構想したり、科学的に説明したり、理由や根拠を明確にして論述する中で個別の知識が概念化するなど質的に高まっている。</li> </ul> |
| 本題材  | <ul style="list-style-type: none"> <li>食事の仕方に関する自己の課題を設定し、課題解決までの見通しをもって、学習した知識及び技能を活用して課題の解決を図ろうとしている</li> <li>振り返りの中から、自分の食習慣を改善することの価値に気付いている。</li> </ul>                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>食事の仕方に関する課題解決に向けて、自分の解決策について友達の意見と比較・検討し、食生活や消費生活についての考えを広めたり、深めたりしている。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>食事の仕方に関する課題解決へ向かう中で、健康・快適・安全、持続可能な社会の構築等の見方・考え方を働かせ、解決策について理由や根拠を明確にして説明している。</li> </ul>  |

また、生徒が主体的に学習に取り組めるよう問題解決的な学習の「学びの過程」を「気付く」「見通す」「追究する」「活用する」「深める」「まとめ・振り返る」の6段階とした(図1)。主体的な学びを生み出す視点から、題材の第1時間目に生徒が「個別の問い」を設定した。この問いの設定においては、事前に自分の食事の仕方について質問紙調査を行って食習慣の問題点を洗い出すとともに、見方・考え方を働かせて設定できるようにした。また、題材の振り返りの場面において、家庭実践を評価・改善し、新たな課題を見つけて次の学びにつなぐことができるようにした。更に、各題材で毎時間の学習を振り返るために一枚で学びを見通すポートフォリオを作成し、1単位時間の学びをつなぎ、生徒が見通しをもって課題を主体的に解決できるようした。対話的な学びでは、毎時間の学びの中で生徒が互いに対話しながら課題を解決できるように、調理実習や実物の活用、家庭実践等の体験的な学習を取り入れ、グループやクラスでの対話を活性化できるようにした。深い学びでは、習得した知識及び技能を活用したパフォーマンス課題に取り組み、更に生活の営みに係る見方・考え方を働かせて解決策を再考できるようにした。

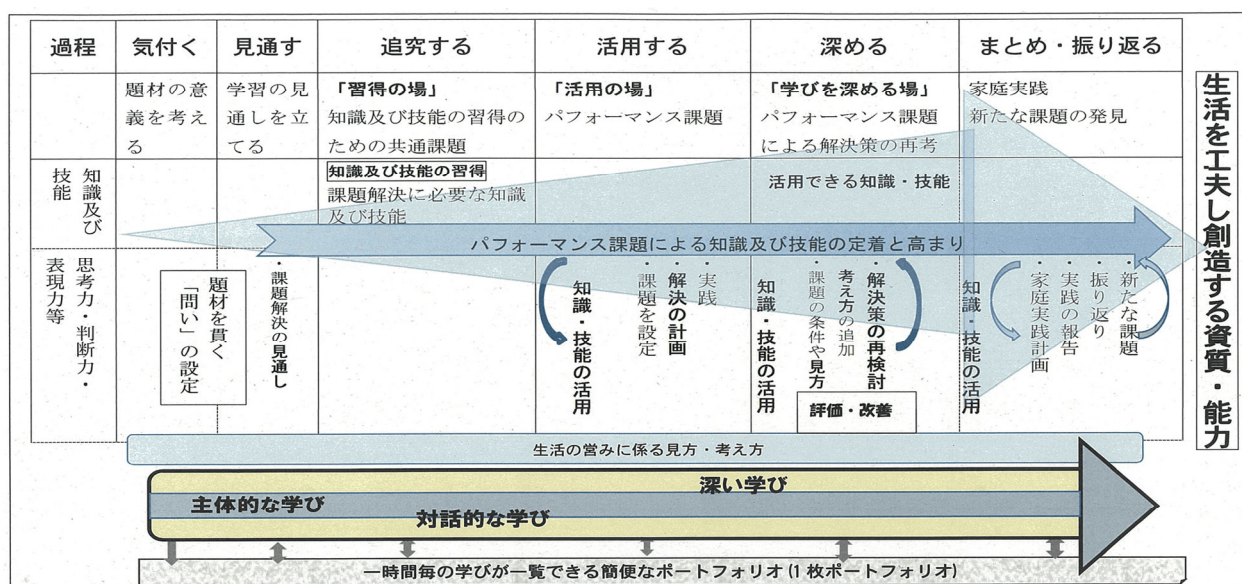


図1 問題解決的な学習における「学びの過程」と指導の工夫

(2) 育む資質・能力を明確にし、問いの設定とパフォーマンス課題を軸とした題材構成

既習の知識及び技能を活用して課題を解決する力を育むために、本研究では、題材で育む資質・能力を表2のように整理し、題材を通して目指す資質・能力を「健康の保持増進のために中学生に必要な栄養

の特徴を理解し、健康・快適・安全の視点から自分の食習慣を工夫できる」とした。

表2 題材「食生活のセルフマネジメント力を身につけよう」で育む資質・能力

| 知識及び技能   | 思考力, 判断力, 表現力等  | 学びに向かう力, 人間性等  |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>中学生の栄養の特徴や栄養素の種類と働き, 食品の栄養的特質, 中学生の1日に必要な食品の種類と概量, 1日分の献立作成の方法, 用途に応じた食品の選択, 食品や用具の衛生管理についての基礎的な理解と技能を身に付けていること。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>食事の仕方に関する課題について, 食事の役割と自己の生活実態を関連付けて, 自己の課題を設定できること。</li> <li>食品からわかる情報の吟味をして, 食品の組み合わせや用途に応じた食品の選択を工夫できること。</li> <li>食事の仕方に関する課題について, 学習した知識及び技能と自分の生活経験を関連付けて, 解決策を考え, 計画・立案する力。</li> <li>他者と交流して解決策を検討し, 実践を振り返って評価・改善できること。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>食事の役割と中学生に必要な栄養を満たす食事の学習に主体的に取り組み, 知識及び技能を身に付けようとしていること。</li> <li>自己の食習慣についての課題の解決に粘り強く取り組み, より健康的な食生活を実践しようとしていること。</li> </ul> |

この資質・能力を育成するために、個別の問いと生徒の実態を考えた食習慣のパフォーマンス課題を軸とした題材を構成した(表3参照)。作成時の留意点は、⑦題材で育む資質・能力をおさえた題材構成、①パフォーマンス課題の解決に必要な知識及び技能を押さえた題材構成、②生徒が主体となって学習できる題材、③実践的な態度の育成につながる題材構成、の4項目である。

表3 「個別の問い」とパフォーマンス課題を軸とした題材構成

| 題材で育てる資質・能力                        |  | 健康の保持増進のために中学生に必要な栄養の特徴を理解し、健康・快適・安全の視点から自分の食習慣を工夫できる。 |  |        |      |  |   |    |       |  |
|------------------------------------|--|--|--|--------|------|--|---|----|-------|--|
| 学習過程                               | 学習活動   | 時配   | 授業改善に係る手立ての工夫  |        |      | 評価基準(評価方法)   |   |    |       |  |
|                                    |  |  | 団体的な学び   | 対話的な学び | 深い学び | 関心・意欲・態度   | 工夫・創造   | 技能 | 知識・理解 |  |
| 気付く<br>見通す                         | 食習慣を見直し、自己の課題をもつ。<br>(話し合いによる共有化)  | 1  | 国 問いの設定<br>・自分の食事の仕方に関する課題を洗い出し、食事の役割や食生活の実態、「健康・快適・安全」等の見方・考え方と関連付けて「題材を貫く問い」を設定する。<br>・問いの解決に向けて、何ができるようにになればよいかの視点から学習内容を洗い出し、「個別の問い」を設定し、学習の見直しをもつ。  | 対      | 関    | ・食生活と自分の関わりに関心を持つ。(観察・ポートフォリオ)   | ・題材を通した「問い」と自己の課題を設定し、課題解決の見直しをもつ。(観察・ポートフォリオ)  |    |       |  |
| 追究する                               | 課題解決のための情報を得る。<br>(食品の選択, 中学生に必要な栄養の特徴等の習得)  | 11   | 関 課題を解決するための協働的な学び<br>・問いを解決するための必要な力(食品を選択する力や献立を作成する力や調理する力等)の習得するために、ハンバーグステーキを教材として取り上げ、ペアやグループで体験的な学習を行う。その際、「健康・快適・安全」等、見方・考え方の視点から意見交流できるようにする。<br>・体験学習から考えたことをグループでまとめ、クラスワークを通して学びの共有化を図る。   | 関      | 関    | ・用途に応じたハンバーグの選択について、収集した情報を活用して、工夫できる。(ワークシート)<br>・栄養バランスや調理に必要な時間を考え、ハンバーグを主菜とする一食分の献立を工夫できる。(ワークシート) | ・肉の衛生的な取り扱いに留意し、ハンバーグに合った焼き方ができる。(作品)<br>・ハンバーグをつくるために食品の選択や作り方に必要な情報を収集・整理することができる。(ワークシート)<br>・一食分の献立に合った盛り付け・配膳ができる。(ワークシート) |    |       | ・健康的な食生活をするために、食品の選び方や栄養の取り方を理解する。(ペーパーテスト・観察・ポートフォリオ) |
| 活用する<br>深める<br>(課題の解決)<br>(解決策の再考) | ・中学生に必要な栄養を満たす一日分の献立を作成する。<br>(パフォーマンス課題の解決)<br>・「個別の問い」の解決策を見いだす。<br>(解決策の再考)<br>・自分の食習慣を見直す。<br>【家庭実践】 | 1<br>時<br>時  | 深 パフォーマンス課題の解決<br>・ハンバーグを夕食とし、中学生の実態を考慮した献立を改善させる。その際、食品群別摂取量のめやすを参考に、食品の種類や量、質、食事をとる時間に着目し、「健康・快適・安全」等、見方・考え方を視点から一日分の献立を工夫できるようにする。<br>・「個別の問い」を内容別に「栄養のバランス」「体力アップ」「生活習慣」の3つのグループに分け、その視点からパフォーマンス課題の解決策を話し合わせ、「個別の問い」の解決策を見いだすことができるようにする。<br>関 食事の仕方の改善案の家庭実践<br>・パフォーマンス課題で見いだした「個別の問い」の解決策を参考とした食習慣の改善計画に従い家庭実践を行う(家庭実践)。 | 関      | 関    | ・中学生の一日分の食事のとり方に関心を持ち、必要な栄養素を満たすように食事をとろうとしている。(ポートフォリオ)<br>・食事の取り方に関心を持ち、食習慣を改善しようとしている。(ポートフォリオ)     | ・中学生の一日分の献立について、必要な栄養量を満たすために料理や食品の組み合わせを工夫できる。(観察・発表・ワークシート)<br>・食事の取り方を振り返り、健康・安全の視点から自分の食習慣をよりよく改善できる。(ポートフォリオ)              |    |       |  |
| まとめ・<br>振り返る                       | 健康を保つ食習慣を提案する。   | 1  | 関 家庭実践の報告<br>・食習慣に関する家庭実践をグループに報告し、参考となる実践をクラスで紹介する。<br>関 健康を保つ食習慣の提案<br>・自分の実践や友達の実践を比較させ、健康を保つための食習慣について検討し、題材のまとめを行う。   | 関      | 関    | ・健康を保つ食習慣の在り方について、これからの家庭生活で実践しようとしている。(発表・ワークシート・ポートフォリオ)   |   |    |       |  |

具体的には、題材「食生活のセルフマネジメント力を身につけよう」(2年：B衣食住の生活)において、題材で育成したい資質・能力は、「健康の保持増進のために中学生に必要な栄養の特徴を理解し、健康・快適・安全の視点から自分の食習慣を工夫できる」である。この資質・能力を生徒が主体的に獲得できるようにするために、「学びの過程」「気付く」(題材1時間目)において「題材を貫く問い」「健康に過ごすためには、自分の食生活をどのように管理していけばよieldろうか」を生徒と共に設定






した。「題材を貫く問い」とは、生徒が与えられた課題ではなく、生徒自身の課題となるよう題材全体を貫くものであり、題材の目標（ゴールの姿）に向かって主体的に学習できるようにしたものである。ここでは、事例や朝食と学力・体力との関係の結果を比較して問題点を洗い出し、食生活に対する自分の願いや健康・快適・安全等の視点と関連付けて「題材を貫く問い」をグループでの協議を経てクラスで設定した。この「題材を貫く問い」を受けて「個別の問い」を設定した。その際、問いの解決を図るために、生徒が生活実態と関連付けて、食品を選択する力や調理する力、栄養に関する知識、献立を立てる力、食をマネジメントできる力が必要であることに気づき、「個別の問い」を設定し、学習の見通しをもつことができるようにした。

また、「活用する」過程（題材13時間目）にパフォーマンス課題として『未来さんの食事についてアドバイスしよう』（表4）を位置付けた。このパフォーマンス課題を設定するにあたって留意したことは、⑦生徒の生活実態（朝食の食事の栄養バランス、野菜不足、部活動との関連、通塾、睡眠不足）を反映すること、⑧「個別の問い」との関連を重視すること、⑨健康の視点からよりよい食習慣について考えることができること、の3点である。生徒が食習慣の問題について生徒が健康・快適・安全等の視点で捉え、自分の解決策について理由や根拠を他者に説明し、他者の考えと比較しながら自分の解決策が本当に妥当であるのかについて検討し、パフォーマンス課題の解決策をもとに「個別の問い」の解決策を見いだすことができるようにした。

表4 パフォーマンス課題『未来さんの食事についてアドバイスしよう』

あなたは、栄養士です。中学2年生の未来さんがあなたのところに自分が食べた食事についてのアドバイスをほしいとやってきました。

未来さんは、バスケットボール部に所属しており、体力アップを図り、なんとかレギュラーを取りたいと思っています。下の食事は、ある日の未来さんの食事です。朝は時間がないからという理由でごはんにふりかけです。昼食は弁当(カツとじ井(カツは冷食)、いんげんのごま和え、きゅうりののりあえ、赤ピーマンのマリネ)と牛乳、塾に行く前に間食としてメロンパン1個を食べました。夕食はごはん・みそ汁・ハンバーグ・サラダ、きゅうりとわかめの酢の物)でした。あなたは、未来さんの食事に対してどのようなアドバイスをしますか。これまでの学習を振り返り、未来さんの食事を改善し、未来さんの願いが実現するようアドバイスしてください。

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| <p>朝 7:30</p>  | <p>昼 12:35</p>   | <p>間食 19:00</p>  | <p>夕食 22:00</p>  |
|---|--|---|---|

この問いを解決するために必要な知識及び技能を「追究する」過程（題材2～12時間目）の中で習得できるようにした。ここでは、科学的な根拠に基づく体験的な学習が生徒の対話的な学びを活性化すると考え、問いを解決するための必要な力の習得について、ハンバーグステーキを教材として取り上げ、用途に応じた食品の選択、食品の組み合わせ、献立作成、調理実習等の体験的な学習をペアやグループで実施し、生徒が実感をもって問いの解決に向かうように工夫した。

題材の振り返りの場面では、家庭実践の報告会を開き、家庭実践について相互評価を行うとともに、題材全体を振り返りながら「個別の問い」の解決を図り、「題材を貫く問い」の答えを導くことができるようにした。その際、問いの答えや家庭実践及び相互評価を通して出てきた新たな課題については、ポートフォリオにまとめ、これまでの自己の学びや成長に気付くことができる計画とした。

このように、題材で育む資質・能力や生活の実態を基盤とした題材構成とすることで、生徒に課題解決能力を身に付けさせることができると考えた。

#### 4 実践結果及び考察

##### (1) パフォーマンス課題の解決と「個別の問い」の解決策との関連

本題材では、前述したように題材の1時間目に「題材を貫く問い」とともに、「個別の問い」を設定した。表5は、「個別の問い」の一部である。内容から分類すると、「栄養のバランス」に関する問いが学級全体の40%（14人）、「生活習慣」に関する問いが40%（14人）、「体力アップ」が20%（7人）であり、何れも生徒の日常の関心事に基づくテーマとなっていた。授業においては、食事の仕方を問う課題（パフォーマンス課題）の解決策を各自が考えた後、問いごとに3つのグループに分かれて話し合いを行った。表6は、グループ討議の様子である。

表5 「個別の問い」一覧

|     | 個別の問い   | グループ  |
|-----|---|-------|
| 生徒A | 健康な体をつくるために中学生の栄養についてよく知りたい                       | 栄養    |
| 生徒B | 健康的な食習慣とするためには、どのようなことを意識し、生活をすればよいだろうか           | 生活習慣  |
| 生徒C | 目的に適したバランスのとれた食事をとるには、どうすればよいか                    | 栄養    |
| 生徒D | 忙しい時でも栄養をバランスよくとるためには、どのような栄養に注目して食事を考えればよいだろうか   | 栄養    |
| 生徒E | 健康的な生活のために、目的に適したバランスの良い食事をとっていきけるような正しい習慣をつけるには？ | 生活習慣  |
| 生徒F | 間食を減らし、健康的な食生活を送るためには、どのような生活の工夫をすればよいだろうか        | 生活習慣  |
| 生徒G | より健康な体・持久力のある体にするためには、どのように食習慣を改善していくか            | 体力アップ |
| 生徒H | 生活に重要な食事の摂取時間、量、栄養分をしっかりと管理するためにはどうすればよいだろうか      | 生活習慣  |
| 生徒I | 今の自分のレベルや状況に応じてより良い食習慣にするにはどうすればよいだろうか            | 生活習慣  |
| 生徒J | もっと多くの栄養を取り、体力を身に付けることのできる食生活とはどのようなものなのか         | 体力アップ |

表6 生活習慣グループ討議の様子の一部

|  |
|--|
| 生徒B：今出た意見を通して、これは1日だけなんですけど、これから継続していく中で意識したほうが良いと思う点はありませんか？…一回昼食移るわ。昼食で改善すべき意見はありませんか？                   |
| 生徒E：食品添加物を多くとっているの、そこは減らすべきかと思います。   |
| 生徒B：他にありませんか？…間食のところに移ります。何かありませんか。  |
| 生徒L：未来さんは筋肉をつけたいと言っているので1群、メロンパンじゃなくて1群をとってたんぱく質をとって筋肉をつけたいほうが良いと思います。                                     |
| 生徒B：他にありませんか？じゃあ最後、夕食に移ります。夕食で改善すべき点はありませんか？   |
| 生徒k：食べる時間が遅くて、起きている間に消化されないと思うので少し時間を早めて夕食をとるといいと思います。   |
| 生徒B：他に意見はありませんか？…今これだけの意見が出てきているんですけど、この中に質問がある人はいませんか？  |
| 生徒L：質問じゃないんですけど、1日の全体で4群が全然とれていないので全体的に4群を増やしたほうが良いと思います。  |
| 生徒B：4群が足りていないという意見が出たのですが、それを解決するためにどんなことをやったほうが良いという意見はありませんか？  |
| 生徒E：一例としてあげるとすれば、今2群の牛乳とか乳製品が足りていないのと、4群の果物とかが全然とれていないので、それを一緒にとって朝食で食べたとか、夕食に入れたりとかそういう工夫ができるのではないかと思います。 |
| 生徒B：これを継続していくために工夫すべきこと、意識すべきことという意見があったらお願いします。   |
| 生徒F：それぞれご飯を食べる時間を統一して、規則正しい生活を送るといいと思います。  |
| 生徒B：他にありませんか。  |
| 生徒I：今、4群も少ないんですけど2群についての改善策だったら、加工食品をあらかじめチーズとか買って置いて、足りない時にさっと追加できるようにしたらいいと思います。                         |

生徒Fの「個別の問い」は、「間食を減らし、健康的な食生活を送るためには、どのような生活の工夫をすればよいだろうか」である。生徒Fは、パフォーマンス課題の個人解決時には、「栄養が偏っているの、全体的に2群と4群を取ると良い。また、（体力アップを希望する未来さんは）筋肉を付けたのでたんぱく質をとる」とワークシートに記載していた。その後の生活習慣グループでの話し合いでは、友達の見聞きながら解決策を朝食・昼食・夕食の食事時間に着目して、「それぞれご飯を食べる時間を統一して、規則正しい生活を送るといいと思います」と発言している。最後の全体協議では、「栄養のバランス」「生活習慣」「体力アップ」それぞれのグループで話し合った事について報告し、そ

それぞれのグループの発表内容について質問をし合った。このような授業を通して、生徒Fは、「健康的な食生活を送るためには、栄養が吸収されやすいよう、運動と食事の調和を大切に規則正しい生活を送るべきだ」と「個別の問い」の解決策を見いだしている(表7)。

表7 生徒Fの「個別の問い」の解決策

|   |
|---|
| <p>3、個人の「問い」の解決策につながることを記入しよう。<br/>                 間食は減らすというより適度に活用が良し。また、健康的な食生活を送るためには、栄養が吸収されやすいよう、運動と食事の調和を大切に、規則正しい生活を送るべきだと思う。</p> <p>4、今日の学習の学びをポートフォリオに記入しよう。<br/>                 食の量、時間<br/>                 間食 → ポイント</p> |
|---|

(2) 「個別の問い」の効果

① 食習慣の尺度を用いた学習前後の変容の分析

本研究では、「個別の問い」の効果进行分析するために、江坂(2017)の開発した食習慣の尺度から学童期の食体験にかかる質問項目を省いたものを調査項目として用い、質問紙調査を実施した。表8にその質問項目と学習前後の平均値を示した。質問項目1~7が「食スキル」のカテゴリー、質問項目8~16が「望ましい食習慣」、質問項目17~20がSDQOL (subjective diet-related quality of life: 食に関する主観的QOL)のカテゴリーである。分析に当たっては、「そう思う」を4点、「どちらかというと思う」を3点、「どちらかというと思わない」を2点、「そう思わない」を1点として数値化し、項目ごとに平均値を求めた。平均値が高いほど、「食スキル」が高かったり、「望ましい食習慣」であったり、「SDQOL」が良好であることを示す。

表8 食習慣の尺度における質問項目と学習前後の平均値

n=33(完全回答ではない2名を除く)

| カテゴリー                       | 質問項目   | 平均値 |     | 増減     | t値       | 有意確率      |
|-----------------------------|--|-----|-----|--------|----------|-----------|
|                             |  | 学習前 | 学習後 |        |          |           |
| 食スキル                        | 1 栄養や食に関する情報を、自分の生活に役立つように使うことができる。                    | 3.1 | 3.6 | ↗      | -4.707   | 0.000 *** |
|                             | 2 食事が乱れたと思ったときは、それを何とかしようと具体的に考える。                     | 3.1 | 3.4 | ↗      | -2.101   | 0.044 *   |
|                             | 3 食事に満足しなかったときは、もっと満足できるように何とかしようと具体的に考える。             | 3.1 | 3.4 | ↗      | -2.150   | 0.039 *   |
|                             | 4 自分にとって、より良い方向に食事内容を決めることができる。                        | 3.4 | 3.5 | ↗      | -0.812   | 0.423     |
|                             | 5 自分の食事内容や食生活を振り返って考えることができる。                          | 3.4 | 3.5 | ↗      | -0.551   | 0.585     |
|                             | 6 自分の食生活に問題の有無を判断することができる。                             | 3.4 | 3.7 | ↗      | -1.830   | 0.077     |
|                             | 7 人と会食するときでも、自分が良いと思う食事を主張することができる                     | 3.4 | 2.8 | ↘      | 2.947    | 0.006 **  |
| 望ましい食習慣                     | 8 野菜をたくさん食べる   | 3.7 | 3.4 | ↘      | 1.789    | 0.083     |
|                             | 9 主食(ご飯・パン・麺類)・主菜(肉・魚・大豆製品・卵)・副菜(野菜・海藻・きのこ)のそろった食事をとる。 | 3.8 | 3.5 | ↘      | 2.101    | 0.044 *   |
|                             | 10 肉と魚をバランスよくとって食べる。                                   | 3.1 | 3.7 | ↗      | -3.488   | 0.001 **  |
|                             | 11 毎日朝食をとる。  | 3.3 | 3.8 | ↗      | -2.548   | 0.016 *   |
|                             | 12 毎日3回食事する。   | 3.3 | 3.8 | ↗      | -3.341   | 0.002 **  |
|                             | 13 決まった時間に食事をとる。                                       | 3.4 | 3.2 | ↘      | 1.421    | 0.165     |
|                             | 14 ゆっくりとよくかむ。  | 2   | 3.4 | ↗      | -6.171   | 0.000 *** |
| 15 油脂や脂肪を多く含む食品を控える。        | 2.7  | 3.2 | ↗   | -2.861 | 0.007 ** |           |
| 16 過度な(次の食事に影響するような)間食はしない。 | 3.4  | 3.5 | ↗   | -0.941 | 0.354    |           |
| SDQOL                       | 17 あなたは、楽しく食事をしていますか。                                  | 2.9 | 3.9 | ↗      | -5.855   | 0.000 *** |
|                             | 18 あなたは、現在の日々の食生活に満足していますか。                            | 3.5 | 3.8 | ↗      | -2.766   | 0.009 **  |
|                             | 19 食卓の雰囲気は明るいですか。                                      | 3.4 | 3.8 | ↗      | -3.213   | 0.003 **  |
|                             | 20 食事の時間が待ち遠しいですか。                                     | 2.9 | 3.2 | ↗      | -2.179   | 0.037 *   |

t検定 \*\*\*: p < 0.001 \*\*: p < 0.01 \*: p < 0.05

その結果、学習前後で比較すると、質問項目20項目中12項目において平均値が有意に高くなっており、生徒の食生活への認識は高まったと言える。なお、平均値が有意に低くなった2項目については、食品の重量を実際に計量し概量を把握するなど調理や献立の授業で経験を積み重ねる中で、実生活をより具体的に掴むことができたことから学習前より低くなったことが、生徒の振り返りの記述などから判断する

ことができる。例えば「この題材を学ぶ前、何かの食べ物を十分に食べておけばいいんだ、ある程度のバランスが整っていると感じればいいんだと・・・(略)思っていたが、知識を増やすことで、健康的な食習慣とは何か、そうするには何をしなければいけないのかが分かりました」などの記述がある。つまり、自分の食生活の状況を正確に把握できるようになったのが平均値が低くなった要因の1つと考えることができる。

カテゴリー別にみると、「食スキル」では、「栄養や食に関する情報を、自分の生活に役立つように使うことができる」と「食事が乱れたと思ったときは、それを何とかしようとする」と「食事に満足しなかったときは、もっと満足できるように何とかしようとする」との3項目について平均値が有意に高くなっていた。このことから、食の乱れなど食生活の課題があれば、情報を得て課題解決のために具体的に考える課題解決能力に向上がみられたと考えることができる。「望ましい食習慣」のカテゴリーでは、「肉と魚をバランスよくとって食べる」、「毎日朝食をとる」、「1日3回食事する」、「ゆっくりとよくかむ」、「油脂や油脂を多く含む食品を控える」などの項目が有意に高くなっており、本題材での学習が要因の1つと考えることができる。「SDQOL」のカテゴリーでは、「楽しく食事をしている」の項目をはじめ4項目全てが有意に高くなっていた。

次に、「個別の問い」に基づく学習が生徒の食に関する認識にどのような影響を与えたかを探るために、前述の3区分(栄養グループ、生活習慣グループ、体力アップグループ)それぞれについて、学習前後の平均値を比較した。その結果を、表9、表10、表11に示す。3区分を比較すると、平均値が有意に高くなった項目は栄養グループが7項目と多く、次が生活習慣グループの5項目、体力アップグループの2項目となっている。特徴としては、栄養グループは「食スキル」のカテゴリー4項目に有意差が見られ、食の乱れなど課題に対して情報を得て具体的に考える課題解決能力に変容がみられたと言える。生活習慣グループでは、「食習慣」のカテゴリー3項目に有意差が見られ、「個別の問い」で深めた内容が影響を与えたと考えられる。体力アップグループにおいては、「情報活用」「毎日朝食をとる」の2項目の平均値が有意に高くなっているものの、「野菜をたくさん食べる」「決まった時間に食事をとる」の2項目の平均値が有意に低くなっていることが特徴であり、他の区分とは異なる状況が見られた。

表9 栄養グループの学習前後の平均値

| カテゴリー   | 質問項目   | 平均値 |     | 増減 | t値     | 有意確率      |
|---------|--|-----|-----|----|--------|-----------|
|         |  | 学習前 | 学習後 |    |        |           |
| 食スキル    | 1 栄養や食に関する情報を、自分の生活に役立つように使うことができる。                    | 2.9 | 3.5 | ↗  | -2.548 | 0.027 *   |
|         | 2 食事が乱れたと思ったときは、それを何とかしようとする。                          | 2.8 | 3.6 | ↗  | -2.462 | 0.032 *   |
|         | 3 食事に満足しなかったときは、もっと満足できるように何とかしようとする。                  | 2.9 | 3.6 | ↗  | -2.966 | 0.013 *   |
|         | 4 自分にとって、より良い方向に食事内容を定めることができる。                        | 3.5 | 3.4 | ↘  | 0.321  | 0.754     |
|         | 5 自分の食事内容や食生活を振り返って考えることができる。                          | 3.2 | 3.3 | ↗  | -0.209 | 0.838     |
|         | 6 自分の食生活に問題の有無を判断することができる。                             | 3.3 | 3.8 | ↗  | -2.548 | 0.027 *   |
|         | 7 人と会食するときでも、自分が良いと思う食事を主張することができる                     | 3.3 | 2.8 | ↘  | 1.164  | 0.269     |
| 望ましい食習慣 | 8 野菜をたくさん食べる   | 3.3 | 3.3 | →  | 0.000  | 1.000     |
|         | 9 主食(ご飯・パン・麺類)・主菜(肉・魚・大豆製品・卵)・副菜(野菜・海藻・きのこ)のそろった食事をとる。 | 3.6 | 3.4 | ↘  | 1.000  | 0.339     |
|         | 10 肉と魚をバランスよくとって食べる。                                   | 2.9 | 3.7 | ↗  | -2.283 | 0.043 *   |
|         | 11 毎日朝食をとる。  | 3.2 | 3.6 | ↗  | -1.047 | 0.318     |
|         | 12 毎日3回食事する。   | 3.1 | 3.5 | ↗  | -1.603 | 0.137     |
|         | 13 決まった時間に食事をとる。                                       | 3.3 | 3.4 | ↗  | -0.561 | 0.586     |
|         | 14 ゆっくりとよくかむ。  | 2.1 | 3.4 | ↗  | -3.546 | 0.005 **  |
| SDQOL   | 15 油脂や油脂を多く含む食品を控える。                                   | 2.8 | 3.3 | ↗  | -1.465 | 0.171     |
|         | 16 過度な(次の食事に影響するような)間食はしない。                            | 3.5 | 3.3 | ↘  | 0.616  | 0.551     |
|         | 17 あなたは、楽しく食事をしていますか。                                  | 2.6 | 4   | ↗  | -4.926 | 0.000 *** |
|         | 18 あなたは、現在の日々の食生活に満足していますか。                            | 3.6 | 4   | ↗  | -2.159 | 0.054     |
|         | 19 食卓の雰囲気は明るいですか。                                      | 3.4 | 3.8 | ↗  | -2.159 | 0.054     |
|         | 20 食事の時間が待ち遠しいですか。                                     | 2.8 | 3   | ↗  | -1.915 | 0.082     |

t検定 \*\*\*:  $p < 0.001$  \*\*:  $p < 0.01$  \*:  $p < 0.05$



表10 生活習慣グループの学習前後の平均値

| カテゴリ    | 質問項目   | 平均値 |     | 増減 | t値     | 有意確率      |
|---------|--|-----|-----|----|--------|-----------|
|         |  | 学習前 | 学習後 |    |        |           |
| 食スキル    | 1 栄養や食に関する情報を、自分の生活に役立つように使うことができる。                    | 3.3 | 3.6 | ↗  | -2.687 | 0.019 *   |
|         | 2 食事が乱れたと思ったときは、それを何とかしようと具体的に考える。                     | 3.2 | 3.4 | ↗  | -0.520 | 0.612     |
|         | 3 食事に満足しなかったときは、もっと満足できるように何とかしようと具体的に考える。             | 3.3 | 3.3 | →  | 0.000  | 1.000     |
|         | 4 自分にとって、より良い方向に食事内容を決めることができる。                        | 3.4 | 3.6 | ↗  | -1.000 | 0.336     |
|         | 5 自分の食事内容や食生活を振り返って考えることができる。                          | 3.5 | 3.6 | ↗  | -1.000 | 0.336     |
|         | 6 自分の食生活に問題の有無を判断することができる。                             | 3.4 | 3.6 | ↗  | -0.898 | 0.385     |
|         | 7 人と会食するときでも、自分が良いと思う食事を主張することができる                     | 3.2 | 2.6 | ↘  | 2.104  | 0.055     |
| 望ましい食習慣 | 8 野菜をたくさん食べる   | 3.9 | 3.5 | ↘  | 1.587  | 0.136     |
|         | 9 主食(ご飯・パン・麺類)・主菜(肉・魚・大豆製品・卵)・副菜(野菜・海藻・きのこ)のそろった食事をとる。 | 3.9 | 3.6 | ↘  | 1.472  | 0.165     |
|         | 10 肉と魚をバランスよくとって食べる。                                   | 3.4 | 3.6 | ↗  | -1.749 | 0.104     |
|         | 11 毎日朝食をとる。  | 3.6 | 3.8 | ↗  | -1.147 | 0.272     |
|         | 12 毎日3回食事する。   | 3.4 | 3.9 | ↗  | -2.511 | 0.026 *   |
|         | 13 決まった時間に食事をとる。                                       | 3.4 | 3.1 | ↘  | 1.749  | 0.104     |
|         | 14 ゆっくりとよくかむ。  | 1.9 | 3.6 | ↗  | -4.812 | 0.000 *** |
| SDQ OL  | 15 油脂や油脂を多く含む食品を控える。                                   | 2.7 | 3.2 | ↗  | -2.188 | 0.047 *   |
|         | 16 過度な(次の食事に影響するような)間食はしない。                            | 3.1 | 3.4 | ↗  | -1.749 | 0.104     |
|         | 17 あなたは、楽しく食事をしていますか。                                  | 3.2 | 3.9 | ↗  | -3.798 | 0.002 **  |
|         | 18 あなたは、現在の日々の食生活に満足していますか。                            | 3.4 | 3.6 | ↗  | -1.472 | 0.165     |
|         | 19 食卓の雰囲気は明るいですか。                                      | 3.4 | 3.7 | ↗  | -1.749 | 0.104     |
|         | 20 食事の時間が待ち遠しいですか。                                     | 3.1 | 3.2 | ↗  | -0.618 | 0.547     |

t検定 \*\*\*:p<0.001 \*\*:p<0.01 \*:p<0.05

表11 体力アップグループの学習前後の平均値

| カテゴリ    | 質問項目   | 平均値 |     | 増減 | t値     | 有意確率    |
|---------|--|-----|-----|----|--------|---------|
|         |  | 学習前 | 学習後 |    |        |         |
| 食スキル    | 1 栄養や食に関する情報を、自分の生活に役立つように使うことができる。                    | 2.9 | 3.7 | ↗  | -3.286 | 0.017 * |
|         | 2 食事が乱れたと思ったときは、それを何とかしようと具体的に考える。                     | 3.1 | 3.3 | ↗  | -0.548 | 0.604   |
|         | 3 食事に満足しなかったときは、もっと満足できるように何とかしようと具体的に考える。             | 3.1 | 3.4 | ↗  | -1.000 | 0.356   |
|         | 4 自分にとって、より良い方向に食事内容を決めることができる。                        | 3.4 | 3.7 | ↗  | -0.795 | 0.457   |
|         | 5 自分の食事内容や食生活を振り返って考えることができる。                          | 3.7 | 3.7 | →  | 0.000  | 1.000   |
|         | 6 自分の食生活に問題の有無を判断することができる。                             | 3.6 | 3.6 | →  | 0.000  | 1.000   |
|         | 7 人と会食するときでも、自分が良いと思う食事を主張することができる                     | 3.9 | 3.1 | ↘  | 1.987  | 0.094   |
| 望ましい食習慣 | 8 野菜をたくさん食べる   | 4   | 3.4 | ↘  | 2.828  | 0.030 * |
|         | 9 主食(ご飯・パン・麺類)・主菜(肉・魚・大豆製品・卵)・副菜(野菜・海藻・きのこ)のそろった食事をとる。 | 3.9 | 3.6 | ↘  | 1.000  | 0.356   |
|         | 10 肉と魚をバランスよくとって食べる。                                   | 2.9 | 3.9 | ↗  | -2.049 | 0.086   |
|         | 11 毎日朝食をとる。  | 2.9 | 4   | ↗  | -2.828 | 0.030 * |
|         | 12 毎日3回食事する。   | 3.6 | 4   | ↗  | -1.441 | 0.200   |
|         | 13 決まった時間に食事をとる。                                       | 3.7 | 3   | ↘  | 2.500  | 0.047 * |
|         | 14 ゆっくりとよくかむ。  | 2   | 3   | ↗  | -1.871 | 0.111   |
| SDQ OL  | 15 油脂や油脂を多く含む食品を控える。                                   | 2.7 | 3.1 | ↗  | -1.441 | 0.200   |
|         | 16 過度な(次の食事に影響するような)間食はしない。                            | 3.6 | 3.9 | ↗  | -1.549 | 0.172   |
|         | 17 あなたは、楽しく食事をしていますか。                                  | 2.9 | 3.7 | ↗  | -1.867 | 0.111   |
|         | 18 あなたは、現在の日々の食生活に満足していますか。                            | 3.6 | 3.9 | ↗  | -1.000 | 0.356   |
|         | 19 食卓の雰囲気は明るいですか。                                      | 3.3 | 3.9 | ↗  | -1.549 | 0.172   |
|         | 20 食事の時間が待ち遠しいですか。                                     | 2.9 | 3.4 | ↗  | -1.922 | 0.103   |

t検定 \*\*\*:p<0.001 \*\*:p<0.01 \*:p<0.05

② 生徒のポートフォリオ記述の分析

①で見られた区分(「個別の問い」)で特徴が異なる理由を探るために、生徒4名を抽出して、時間毎に記入したポートフォリオの記述等を整理して、それぞれの生徒の状況(生徒の特徴、「個別の問い」、食習慣の尺度の変容、ポートフォリオによる題材の振り返り)を表12に示した。生徒Aと生徒Cは栄養グループ、生徒Fは生活習慣グループ、生徒Jは体力アップグループで学習した生徒である。なお、抽出した生徒は表5に示した生徒と同じである。

生徒Aは、肉が好きで、日ごろの弁当でも炭水化物とたんぱく質(肉類)が多い。また、スナック菓子等の間食も多い。この生徒の「個別の問い」は、「健康な体をつくるために中学生の栄養についてよく知りたい」であり、栄養グループで学習を深めた。ポートフォリオの記述では、栄養に関する知識を身

に付けるための学習から興味・関心をもち始め、「ポテトチップスの栄養はどれくらいか」、「野菜を100g, 300g食べないとなぜ、だめなのか」、「1日の食品群別摂取量の目安から減っても、増えてもよいのか」等普段の食生活と比較して毎時間の学習に対して自分なりの疑問点を持ちながら学習したことが分かった。

生徒Cの「個別の問い」は、「目的に適したバランスのとれた食事をするには、どうすればよいか」であり、栄養グループで学習を深めた。題材の学習の初めにハンバーグの材料をもとに食品の選び方について学習した際、地産地消の視点を含めて多様な視点から考えることの必要性に気づいた。「加工食品を選ぶ際は、表示をしっかりとみて買うこと」や、「目的に適したバランスのとれた食事をするために、1日30食品取ること、いろどりを意識し、体力アップのためにたんぱく質や鉄分を意識して食事をするようにしたい」とポートフォリオに記述していた。またパフォーマンス課題の解決では、司会者の問いかけに対して「たんぱく質をとるために朝から魚を食べる」、「昼食は、カツが冷凍食品と書いてあるので冷凍食品をあまり毎日たくさん食べるのは良くない」、「卵と肉を食べているから、ちょっとたんぱく質が多い」等の意見を述べており、生徒Cの発言がグループでの学びに影響を与えていた。この生徒は、運動部に所属していることから体力アップにも関心があり、振り返りシートには「パフォーマンス課題で自分と違う体力面などを比較することで、達成したい目標が違っていると、どのようにしたら達成できるのかということや、考える視点が変わってくることを実感した」と記述しており、各区分での発表内容を比較することによって学びが深まったことが分かった。

生徒Fの「個別の問い」は、「間食を減らし、健康的な食生活を送るためには、どのような生活の工夫をすればよいただろうか」であり、生活習慣グループで学びを深めた。家庭分野の学習に興味・関心が高く、「個別の問い」を意識して毎時間の学習に取り組んだ生徒である。食習慣の尺度については学習前から比較的が高く、平均値が3.5であった。ただ、ポートフォリオの記述から、食習慣に関する認識は深まったが、栄養に関する知識の深まりは栄養グループほどではなかったことが分かった。題材の振り返りでは「グループごとに話し合ったため、自分が本当に知りたいことを掘り下げて考えることができた。全体でグループごとの関連性まで話し合うことができればもっと良かった」と記述しており、自分の問いを解決するために主体的に取り組んだことやグループで話し合う良さ、全体で共有する時間があるとさらに深まるのではないかとこの本題材の今後の可能性にも言及していた。

生徒Jの「個別の問い」は、「栄養のバランスよく食事し、体力や学力を向上させるには、どうすればよいただろうか」であり、体力アップグループで学習した。グループでの学びでは、話し合いの中で栄養のバランスの話し合いが中心であり、体力アップを図るための具体的な解決策が見いだせなかった。毎時間の学びでも、具体的な食品を食品群に分類ができておらず、栄養の基礎的な学習が身に付いていないままとなっていた。この体力アップグループでは、生徒Jと同じように栄養に関する知識が身に付かないままの生徒が7人中5人いた。生徒は毎時間の振り返りで「個別の問い」を意識しているが、「個別の問い」の解決策が授業の中から見いだせないままであったと考える。この体力アップグループにおいては、食生活の尺度による質問紙調査の結果が他の区分とは異なる状況(表11)が見られたが、以上のことがその背景にあると考えられる。栄養に係る理解を深めながら区分の異なる「個別の問い」の学びを進めることの難しさが表われており、指導上の配慮が必要な区分だと言える。

表12 抽出生徒の題材の学習の比較

|          | 生徒A   | 生徒C  | 生徒F   | 生徒J   |
|----------|---|--|---|---|
| 生徒の特徴    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・衣生活や住生活の学習に対しては、ほとんど興味・関心を示していない。</li> <li>・運動部(卓球部)に所属している。</li> <li>・肉が好きで偏食傾向にある。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭分野の学習の興味・関心は中程度であるが、本題材の学習では発表等を進んで行った。</li> <li>・運動部(バスケットボール)に所属している。</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭分野の学習に対して1年次より興味・関心が高い。</li> <li>・「個別の問い」を意識して毎時間の授業に参加している。</li> <li>・運動部(卓球部)に所属している。</li> </ul>                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭分野の学習に対してまじめに取り組む。</li> <li>・運動部(卓球部)に所属しており、体力アップを図りたいと考えている。</li> </ul>   |
| 個別の問い    | <p>【栄養グループ】<br/>健康な体をつくるために中学生の栄養についてよく知りたい</p>   | <p>【栄養グループ】<br/>目的に適したバランスのとれた食事をとるには、どうすればよいか</p>   | <p>【生活習慣グループ】<br/>間食を減らし、健康的な食生活を送るためには、どのような工夫をすればよいだろうか</p>   | <p>【体力アップグループ】<br/>栄養のバランスよく食事し、体力や学力を向上させるには、どうすればよいだろうか</p>   |
| 食習慣の尺度変容 | <p>○20項目全体の学習前後の変容<br/>平均値 2.8→3.5</p> <p>○問5(食事内容を振り返ることができる)、問17(楽しく食事)についての評価がともに1→4</p> <p>○「食スキル」と「SDQOL」がup</p>                   | <p>○20項目全体の学習前後の変容<br/>平均値 2.3→3.1</p> <p>○問10(肉と魚のバランス)、問13(決まった時間に食事)、問14(ゆっくりとかむ)、問16(過度な間食)問17(楽しく食事)についての評価がともに1→4</p> <p>○「望ましい食習慣」と「SDQOL」がup</p> | <p>○20項目全体の学習前後の変容<br/>平均値 3.5→3.6</p> <p>○問4(より良い方向に食事内容を決める)の評価2→4、問13(油脂を多く含む食品を控える)、問14(ゆっくりとかむ)の評価 2→3、問5(食事内容を振り返ることができる)、問7(自分が良いと思う食事を主張する) 4→3</p> <p>○主に「食スキル」がdown</p> | <p>○20項目全体の学習前後の変容<br/>平均値 3.5→3.8</p> <p>○問14(ゆっくりとかむ)の評価 2→3、問15(油脂を多く含む食品を控える)、問16(過度な間食)の評価 3→4、問5(食事内容を振り返ることができる)4→3、問8(野菜をたくさん食べる)の評価4→3</p> <p>○「食スキル」、「望ましい食習慣」は、upしたのもあればdownしたのもある</p> |
| 題材の振り返り  | <p>・自分のテーマと似ている人と話し合うことで新たな考えが出てきた。(栄養が足りない場合は、～を食べた方がよい。ハンバーグに野菜を入れた方がよい。)</p>   | <p>・パフォーマンス課題で自分と違う体力面などを比較することで達成したい目標が違うと、どのようにしたら達成できるのかということや、考える視点が変わってくることを実感した。</p>   | <p>・グループごとに話し合ったため、自分が本当に知りたいことを掘り下げて考えることができた。全体でグループごとの関連性まで話し合うことができればもっと良かった。(食習慣と体力アップを関連付けるなど・・・運動した〇〇分後に〇〇を食べるなど)</p>  | <p>・話し合いの時に体力アップというテーマで話し合い、資料や他の人の意見を聞くことで自分の意見をより良くすることができた。また、他の「栄養バランス」と「食習慣」のグループから出た意見も取り入れることで、さらに発展した考えをもつことができた。</p>   |

③ 題材の学習の生徒の振り返り

本題材のパフォーマンス課題では、パフォーマンス課題を解決することで「個別の問い」の解決策も見いだすことができるような課題設定が必要となった。そこで、具体的には、「個別の問い」を分析して、3つの区分、すなわち「栄養のバランス」「生活習慣」「体力アップ」に係る課題解決ができる課題であることを条件として、パフォーマンス課題の内容を検討した。その結果、題材の学習後の学習の振り返りに関する質問紙調査では、「本題材の学習内容を活用して『個別の問い』の解決策を図ることができた」と肯定的に回答した生徒の割合は、88.0%であった(4段階評価：平均3.88)。その理由を表13に示す。

表13 肯定的回答の理由

- 中学生に必要な栄養の量などがわかり、一日にどれだけとればよいのかが分かった。また、足りなくなった栄養素は、間食で補うことで「個人の問い」の解決ができた。
- 授業の中で「個人の問い」の解決につながる情報がいろいろとあったので「個人の問い」への答えを見付けられたと思う。また、問い以外でも日常生活で使える知識を得ることができたと思う。
- 自分の生活習慣や食習慣を振り返り、必要な栄養素を必要な分だけ取るには、どうすればよいか良いか等の視点から中学生の食生活の改善を考えることができた。
- 用途に応じた食品の選び方を活用して体力アップができる献立を考えることができた。その時に栄養が偏ったりしないように食品群別摂取量の目安を意識した。また、食と生活を関連付けて問いの解決を図ることができた。

今回は、題材を貫く問いを受けて「個別の問い」を設定して題材の学習を進めた。生徒は、栄養の視点を第一優先としながらも「個別の問い」に係る課題を解決した。「個別の問い」の解決につながるように課題解決の要素を整理してパフォーマンス課題を設定したことには一定の効果が見られ、生徒間の話し合いにおいても、「個別の問い」の解決策について友達の意見と比較・検討し、栄養や食習慣、体力アップ等についての考えを広めたり、深めたりする姿を確認することができた。

## 5 実践研究の成果と課題

生活の課題解決能力を育むために、「題材の最初に『個別の問い』をもてば、より主体的に課題解決に向かい学びが深まるであろう」という仮説のもと、家庭分野食生活の題材を構成し、授業を行った。この授業について、食習慣の尺度を用いて題材の学習前後で比較した結果、質問項目20項目のうち12項目において平均値が有意に高くなっており、生徒の食生活への認識が深まったこと、また、生活の課題解決能力に関係のある3項目が有意に高くなったことが明らかとなった。ポートフォリオの記述等から、生徒達が「個別の問い」をもつことで、主体的に課題解決に取り組み、学びを深めていったと考察することができ、一定の効果があったことが示唆された。

しかし、「個別の問い」に基づき課題解決に望んだ3つのグループ、すなわち、栄養グループ、生活習慣グループ、体力アップグループで、食習慣の尺度において有意な高まりが見られた項目数に差が生じたことは課題としてあげられる。特に、生活習慣グループと体力アップグループについては、栄養グループに比べてその項目数が少ないことから、今後、学習内容と「個別の問い」との関係性を整理して、「個別の問い」に関連した資料をいつどのように提供するか、家庭分野の学習内容ではない視点から疑問が生じた場合にどのように対応するかなど、課題解決に向かう生徒の意欲に応える指導の在り方について、研究を深める必要がある。

### 引用・参考文献

- 江坂美佐子, 2017, 「大学生における望ましい食習慣の形成要因と食に関する主観的QOLとの関連」『広島文化学園短期大学紀要』第50巻: 41-49.
- 岡 陽子・鈴木明子, 2017, 『平成29年改訂版 小学校教育課程実践講座 家庭』ぎょうせい.
- グラント. ウィギンズ/ジェイ. マクタイ, 2018, 『理解をもたらすカリキュラム設計』(訳・西岡加名恵) 日本標準.
- 杉山久仁子, 2017, 『中学校 新学習指導要領の展開』明治図書.
- 西岡加名恵, 2008, 『逆向き設計で確かな学力を保障する』明治図書.
- 文部科学省, 2018, 『中学校学習指導要領解説 技術・家庭編』
- 文部科学省, 2018, 『小学校学習指導要領解説 家庭編』